fitbit charge 5



Gebruikershandleiding
Versie 1.0

fitbitkopen.nl

inhoudsopgave

inhoudsopgave **2**

Aan de slag **7**

Inhoud van de verpakking 7
Je tracker opladen 8
Charge 5instellen 9
Je gegevens in de Fitbit-app bekijken 9

Fitbit Premium ontgrendelen **10**

De Charge 5 dragen **11**

Plaatsing voor alledaags gebruik vs. dragen tijdens trainingssessies 11
Het bandje stevig vastmaken 12
Rechts- of linkshandig 13
Gebruikstips 14
Het bandje verwisselen 14
Een bandje verwijderen 14
Een bandje bevestigen 15

Basics **16**

Door de Charge 5 navigeren 16
Basisnavigatie 16
Snelle instellingen 17
Instellingen aanpassen 19
Display 19
Stille modi 19
Andere instellingen 20
Batterijniveau controleren 20
Apparaatvergrendeling instellen 21
Scherm altijd-aan aanpassen 22
Het scherm uitschakelen 22

Apps en wijzerplaten **23**

De wijzerplaat veranderen 23
Apps openen 23

Meldingen van je telefoon **24**

Meldingen instellen 24

Inkomende meldingen bekijken ... 25
Meldingen beheren ... 25
Meldingen uitschakelen ... 25
Telefoongesprekken accepteren of weigeren ... 26
Berichten beantwoorden (Android-telefoons) ... 27

Tijd bijhouden ... 28

De Alarmen-app gebruiken ... 28
Een alarm uitzetten of uitstellen ... 28
De Timers-app gebruiken ... 29

Activiteit en welzijn ... 30

Je statistieken bekijken ... 30
Een dagelijks activiteitendoel bijhouden ... 30
Een doel kiezen ... 31
Je beweegactiviteiten per uur volgen ... 31
Je slaap bijhouden ... 31
Een slaapdoel instellen ... 32
Een beter inzicht in je slaapgewoontes krijgen ... 32
Stress beheersen ... 32
De app voor EDA-scan gebruiken ... 32
Je stressbeheersingsscore bekijken ... 33
Geavanceerde gezondheidsstatistieken ... 34

Training en hartgezondheid ... 35

Je training automatisch bijhouden ... 35
Training registreren en analyseren met de Training-app ... 35
Gps-vereisten telefoon ... 35
De instellingen van je trainingen aanpassen ... 37
Een overzicht van je work-out bekijken ... 38
Je hartslag controleren ... 39
Aangepaste hartslagzones ... 40
Hartslagmeldingen ontvangen ... 41
Je conditiescore weergeven ... 42
Je activiteiten delen ... 42

Fitbit Pay ... 43

Creditcards en betaalkaarten gebruiken ... 43
Fitbit Pay instellen ... 43
Aankopen doen ... 43

Je standaardbetaalpas wijzigen 45
Betalen voor vervoer 45

Bijwerken, opnieuw opstarten en wissen 46

De Charge 5 bijwerken 46
Charge 5 opnieuw opstarten 46
De Charge 5 wissen 47

Problemen oplossen 48

Hartslagsignaal ontbreekt 48
Gps-signaal ontbreekt 49
Andere problemen 49

Algemene informatie en specificaties 50

Sensoren en onderdelen 50
Materialen 50
Draadloze technologie 50
Haptische feedback 50
Batterij 50
Geheugen 50
Display 51
Formaat bandje 51
Omgevingsvoorwaarden 51
Meer informatie 51
Retourbeleid en garantie 51

Juridische en veiligheidsinformatie 52

VS: Verklaring van de Federal Communications Commission (FCC) 52
Canada: Verklaring van de Industry Canada (IC) 53
Europese Unie (EU) 54
Argentinië 55
Australië en Nieuw-Zeeland 55
Wit-Rusland 56
Douane-unie 56
Indonesië 56
Israël 56
Japan 57
Koninkrijk Saoedi-Arabië 57
Mexico 57
Marokko 59

Nigeria 59
Oman 59
Filippijnen 59
Servië 59
Singapore 59
Zuid-Korea 59
Taiwan 59
Verenigde Arabische Emiraten 62
Verenigd Koninkrijk 63
Vietnam 63
Over de batterij 63
IP-classificatie 64
Veiligheidsverklaring 64
Wettelijke vermeldingen 64

Aan de slag

Maak kennis met de Fitbit Charge 5, onze meest geavanceerde gezondheids- en fitnesstracker, waarmee je je stressniveau, je fysieke herstel, je hartconditie en je algehele gezondheid in de gaten houdt.

We raden je aan onze volledige veiligheidsinformatie te bekijken op fitbit.com/safety. De Charge 5 is niet bedoeld om medische of wetenschappelijke gegevens te leveren.

Inhoud van de verpakking

Je Charge 5-verpakking bevat het volgende:



Tracker met bandje in small
(de kleur en het materiaal kunnen variëren)



Oplaadkabel



Extra bandje in large

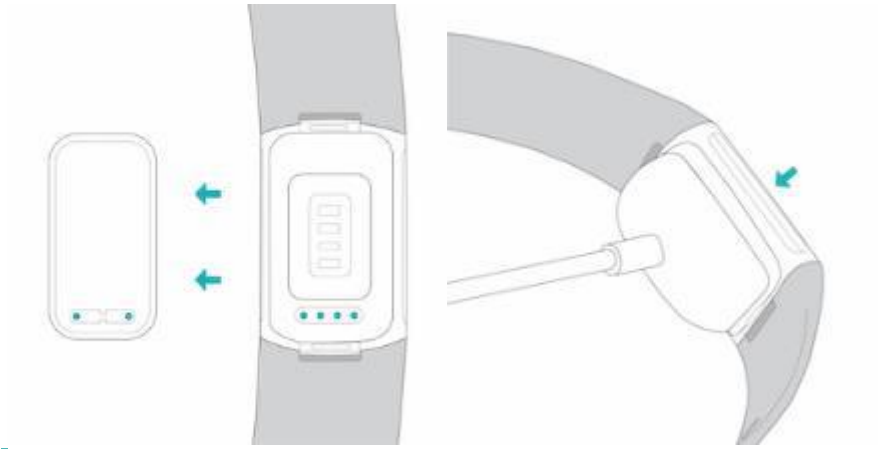
De afneembare bandjes van de Charge 5 zijn verkrijgbaar in verschillende kleuren en materialen, en worden apart verkocht.

Je tracker opladen

Een volledig opgeladen Charge 5 gaat tot zeven dagen mee. De batterijduur en oplaadfrequenties variëren en zijn afhankelijk van het gebruik en andere factoren; de werkelijke resultaten kunnen variëren.

De Charge 5 opladen:

1. Sluit de oplaadkabel aan op een USB-poort van je computer, een UL-gecertificeerde USB-stopcontactlader of een ander energiezuinig apparaat.
2. Houd het andere uiteinde van de oplaadkabel in de buurt van de poort aan de achterkant van de tracker totdat deze magnetisch wordt bevestigd. Zorg ervoor dat de contactpunten van de oplaadkabel zijn uitgelijnd met de poort aan de achterkant van je tracker.



Het duurt één tot twee uur voordat de batterij volledig is opgeladen. Terwijl de Charge 5 wordt opgeladen, tik je twee keer op het scherm om het scherm in te schakelen en het batterijniveau te controleren. Veeg op het batterijscherm naar rechts om Charge 5 te gebruiken. Op een volledig opgeladen tracker wordt een pictogram van een volle batterij weergegeven.



Charge 5instellen

Stel de Charge 5 in met de Fitbit-app. De Fitbit-app is compatibel met de meeste populaire telefoons. Ga naar fitbit.com/devices om te zien of jouw telefoon compatibel is.



Om aan de slag te gaan:

1. Download de Fitbit-app:
    - Apple App Store voor iPhones
    - Google Play Store voor Android-telefoons
2. Installeer de app en open deze.
    - Als je al een Fitbit-account hebt, log je in op je account > tik je op het tabblad Vandaag > je profielafbeelding > **Apparaat instellen**.
    - Als je nog geen Fitbit-account hebt, tik je op **Word lid van Fitbit**, waarna je een reeks vragen beantwoordt om een Fitbit-account aan te maken.
3. Volg de instructies op het scherm om je Charge 5 aan je account te koppelen.

Zodra je de installatie hebt voltooid, lees je eerst de handleiding door voor meer informatie over je nieuwe tracker. Daarna kun je de Fitbit-app gaan verkennen.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je gegevens in de Fitbit-app bekijken

Open de Fitbit-app op je telefoon om je activiteit, je gezondheidsstatistieken en je slaapgegevens te bekijken, je voedsel- en waterinname in te voeren, aan uitdagingen deel te nemen en meer.

Fitbit Premium ontgrendelen

Fitbit Premium is je persoonlijke informatiebron in de Fitbit-app die je helpt actief te blijven, goed te slapen en je stressniveau te beheersen. Een Premium-abonnement bevat programma's die zijn afgestemd op je gezondheids- en fitnessdoelen, gepersonaliseerde inzichten, honderden work-outs van fitnessmerken, begeleide meditaties en nog veel meer.

Bij de Charge 5 is een Fitbit Premium-lidmaatschap van zes maanden inbegrepen voor in aanmerking komende klanten in bepaalde landen.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

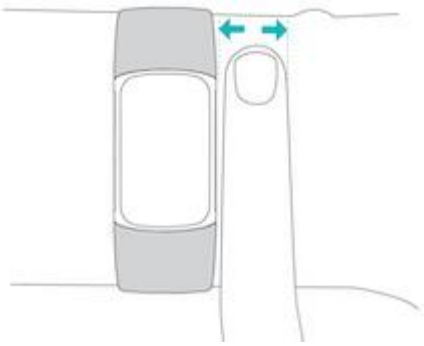
De Charge 5 dragen

Draag de Charge 5 om je pols. Als je een ander formaat van je bandje wilt vastmaken of een extra bandje hebt gekocht, ga je voor instructies naar 'Het bandje verwisselen' op pagina 14.

Plaatsing voor alledaags gebruik vs. dragen tijdens trainingssessies

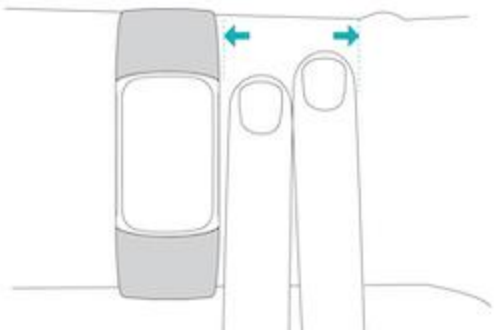
Als je niet aan het trainen bent, draag je je Charge 5 een vingerbreedte boven je pols.

Over het algemeen is het altijd belangrijk om je pols regelmatig rust te geven door je tracker af te doen als je deze langdurig hebt gedragen. We raden je aan je tracker af te doen terwijl je doucht. Je kunt je tracker dragen tijdens het douchen, maar door hem af te doen verklein je de kans op blootstelling aan zeep, shampoos en conditioners. Deze kunnen langdurige schade aan je tracker en huidirritatie veroorzaken.



Voor het optimaliseren van de hartslagmeting tijdens het trainen:

- Experimenteer tijdens een work-out door je tracker wat hoger om je pols te dragen voor een verbeterde pasvorm. Bij veel trainingen, zoals fietsen of gewichtheffen, buig je je pols regelmatig, wat het hartslagsignaal kan belemmeren als de tracker zich lager op je pols bevindt.



- Draag je tracker boven op je pols en zorg ervoor dat de achterkant van het apparaat contact maakt met je huid.
- Overweeg om het bandje strakker te trekken voor een work-out en losser te maken zodra je klaar bent. Het bandje moet strak zitten, maar mag niet beklemmen (een strak bandje beperkt de bloedstroom en kan mogelijk het hartslagsignaal beïnvloeden).

Het bandje stevig vastmaken

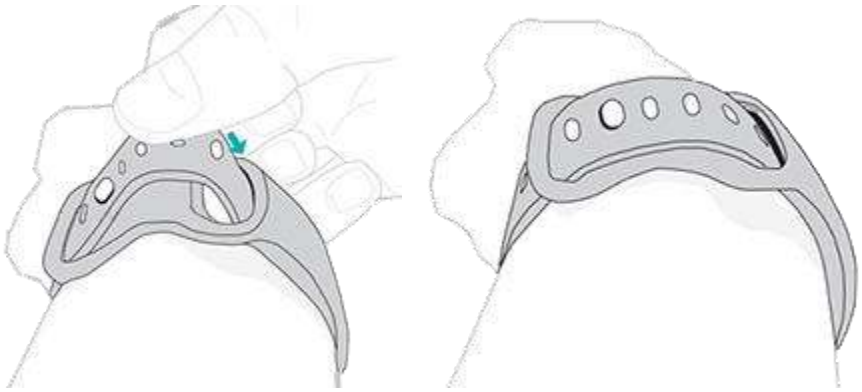
1. Plaats de Charge 5 om je pols.
2. Schuif het onderste bandje door de eerste lus in het bovenste bandje.



3. Trek het bandje aan tot het comfortabel past en druk de pen door een van de gaten in het bandje.



4. Schuif het losse einde van het bandje door de tweede lus tot het plat op je pols ligt. Zorg dat het bandje niet te strak zit. Zorg dat je het bandje los genoeg draagt zodat het heen en weer kan bewegen om je pols.



Rechts- of linkshandig

Voor nauwkeurigere metingen is het belangrijk om aan te geven of je de Charge 5 aan je dominante of niet-dominante hand draagt. Je voorkeurshand is de hand die je gebruikt om te schrijven en eten. De polsinstellingen zijn in eerste instantie ingesteld voor de niet-dominante hand. Verander de polsinstelling in de Fitbit-app als je de Charge 5 aan je dominante hand draagt:

Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel > **Pols** > **Dominant**.

Gebruikstips

- Maak je bandje en je pols regelmatig schoon met een zeepvrij reinigingsmiddel.
- Als je tracker nat wordt, verwijder deze dan na je activiteit en droog hem volledig af.
- Zorg dat je je tracker zo nu en dan afdoet.

Het bandje verwisselen

De Charge 5 wordt geleverd met een bandje in small eraan bevestigd en een extra onderste bandje in large in de verpakking. Je kunt zowel het bovenste als het onderste bandje verwisselen voor bandjes die apart worden verkocht op fitbit.com. Raadpleeg voor de maten van bandjes 'Formaat bandje' op pagina 51.

Een bandje verwijderen

1. Draai de Charge 5 om en zoek de vergrendelingen van het bandje.



2. Om de vergrendeling te openen, schuif je de platte knop met je vingernagel richting het bandje.
3. Schuif het bandje voorzichtig weg van de tracker om deze los te maken.



4. Herhaal dit aan de andere zijde.

Een bandje bevestigen

Om een bandje te bevestigen, duw je het in het uiteinde van de tracker totdat je hoort dat het vastklikt. Het bandje met de kliksluiting wordt aan de bovenkant van de tracker bevestigd.



Basics

Informatie over het beheren van de instellingen, instellen van een persoonlijke pincode, navigeren op het scherm en controleren van het batterijniveau.

Door de Charge 5 navigeren

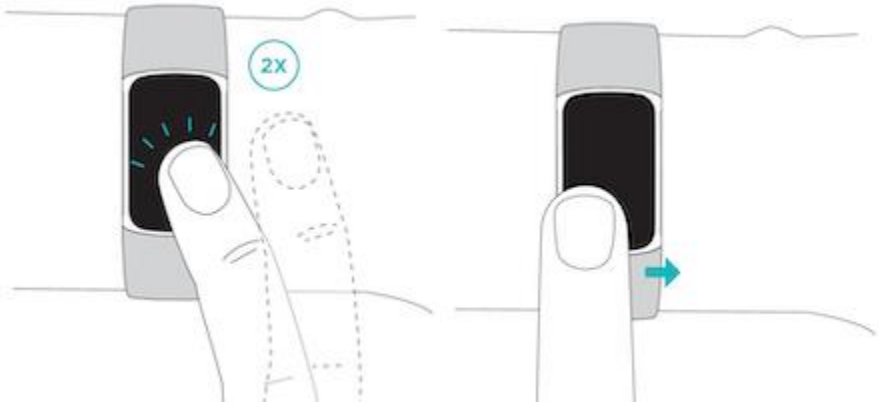
De Charge 5 heeft een gekleurd AMOLED-aanraakscherm.

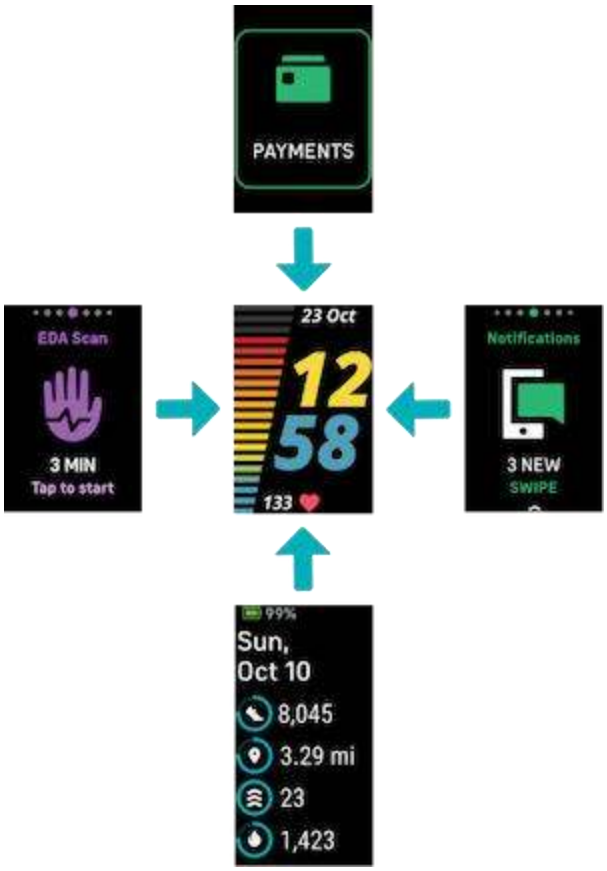
Navigeer op de Charge 5 door op het scherm te tikken, van rechts naar links en van boven naar beneden te vegen. Als de tracker niet wordt gebruikt, wordt het scherm uitgeschakeld om de batterij te sparen.

Basisnavigatie

Het beginscherm is de klok.

- Tik twee keer krachtig op het scherm of draai met je pols om de Charge 5 te activeren.
- Veeg van boven naar beneden op het scherm om de snelle instellingen, de betaalapp en de Instellingen-app te openen. Als je in de snelle instellingen naar rechts veegt, ga je terug naar het klokscherm.
- Veeg omhoog om je dagelijkse statistieken te zien. Veeg naar rechts om terug te gaan naar het klokscherm.
- Veeg naar links en rechts om de apps op je tracker te bekijken.
- Veeg naar rechts om naar een vorige scherm terug te gaan. Dubbeltik stevig op het scherm om terug te gaan naar het klokscherm.





Snelle instellingen

Veeg van boven naar beneden op het klokscherm, om bepaalde instellingen sneller te openen. Tik op een instelling om deze aan te passen. Wanneer je een instelling uitschakelt, wordt het pictogram donker weergegeven met een streep erdoorheen.

Betalingen	Betaal contactloos vanaf je pols met Fitbit Pay.
Niet storen-modus	Wanneer de instelling Niet storen is ingeschakeld: • Meldingen, doelvieringen en herinneringen zijn gedempt. • Het niet storen-pictogram licht op in snelle instellingen. Je kunt de instelling Niet storen en de slaapmodus niet tegelijkertijd inschakelen.

Slaapmodus	Wanneer de slaapmodus is ingeschakeld: • Meldingen, doelvieringen en herinneringen zijn gedempt. • De helderheid van het scherm is ingesteld op gedimd. • Het scherm blijft uitgeschakeld wanneer je je pols naar je toedraait. Tik twee keer krachtig op het scherm om de Charge 5 te activeren. • Het slaapmodus-pictogram licht op in snelle instellingen. De slaapmodus wordt automatisch uitgeschakeld als je een schema voor de slaapmodus instelt. Bekijk voor meer informatie 'Instellingen aanpassen' op pagina 19 Je kunt de instelling Niet storen en de slaapmodus niet tegelijkertijd inschakelen.
Scherm activeren	Wanneer je Scherm activeren instelt op Automatisch, wordt het scherm ingeschakeld telkens wanneer je je pols naar je toe draait. Wanneer je Scherm activeren instelt op Handmatig, tik je twee keer krachtig op het scherm om het in te schakelen.
Waterslot	Schakel de waterslotinstelling in als je in het water bent, bijvoorbeeld als je aan het douchen of zwemmen bent, om te voorkomen dat het scherm wordt geactiveerd. Als het waterslot is ingeschakeld, is je scherm vergrendeld en verschijnt het waterslotpictogram onderaan het scherm. Meldingen en alarmen worden nog steeds op je tracker weergegeven, maar je moet je scherm ontgrendelen voor interactie met de tracker. Voor het inschakelen van het waterslot, veeg je omlaag op de wijzerplaat > tik op **Waterslot** > tik twee keer hard op het scherm. Tik nogmaals twee keer op je scherm om het waterslot uit te schakelen. Houd er rekening mee dat het waterslot automatisch wordt ingeschakeld wanneer je een zwemwork-out start in de Training-app .
Instellingen-app	Tik op de Instellingen-app

	om deze te openen. Ga voor meer informatie naar 'Instellingen aanpassen' op pagina 19.

Instellingen aanpassen

Beheer basisinstellingen in de Instellingen-app . Veeg omlaag vanaf het klokscherm en tik op de Instellingen-app om deze te openen. Tik op een instelling om deze aan te passen. Veeg om de volledige lijst met instellingen te bekijken.

Display

Helderheid	Wijzig de helderheid van het scherm.
Scherm activeren	Wijzig of het scherm wordt ingeschakeld wanneer je je pols naar je toedraait.
Scherm time-out	Pas de time-out van het scherm aan voordat het scherm wordt uitgeschakeld of overschakelt op de altijd aan wijzerplaat.
Scherm altijd-aan	Scherm altijd-aan in- of uitschakelen. Ga voor meer informatie naar 'Scherm altijd-aan aanpassen' op pagina22.

Stille modi

Trainingsfocus	Schakel meldingen uit wanneer je de Training-app gebruikt .
Niet storen	Schakel alle meldingen uit.
Slaapmodus	Pas de instellingen voor de slaapmodus aan, inclusief het instellen van een schema voor het automatisch in- en uitschakelen van de modus. Om een schema in te stellen: 1. Open de Instellingen-app en tik op **Stille modi** > **Slaapmodus** > **Schema** > **Interval.** 2. Tik op de start- of eindtijd om in te stellen wanneer de modus in- en uitschakelt. Veeg omhoog of omlaag om de tijd te wijzigen en tik op de tijd om deze in te stellen. De slaapmodus wordt automatisch uitgeschakeld op het tijdstip dat je dit hebt gepland, zelfs als je de slaapmodus handmatig hebt ingeschakeld.

Andere instellingen

Hartslag	Schakel hartslagregistratie in of uit.
Meldingen hartslagzones	Schakel de hartslagzonemeldingen in of uit die je tijdens je dagelijkse activiteiten krijgt. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.
Trillingen	Pas de trillingssterkte van je tracker aan.
Gps	Kies de gps-modus. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.
Apparaatinfo	Bekijk de regelgeving en activeringsdatum van je tracker. Dit is de dag waarop de garantie van je tracker ingaat. De activeringsdatum is de dag waarop je je apparaat hebt ingesteld. Tik op **Apparaatinformatie** > **Systeeminformatie** om de activeringsdatum te bekijken. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.
Apparaat opnieuw opstarten	Tik op **Apparaat opnieuw opstarten** > **Start opnieuw op** om je tracker opnieuw op te starten.

Batterijniveau controleren

Veeg omhoog op de wijzerplaat. Het batterijniveau staat bovenaan het scherm.

Als de batterij van je tracker leeg raakt (minder dan 24 uur over), wordt het batterijsignaal rood. Als de batterij van je tracker bijna leeg is (minder dan 4 uur over), verschijnt er een waarschuwing op de wijzerplaat en knippert het batterijsignaal.



Wanneer het batterijniveau laag is:

- Wordt gps-registratie uitgeschakeld als je een training registreert met gps
- Wordt Scherm altijd-aan uitgeschakeld

- Kun je snelle antwoorden niet gebruiken
- Ontvang je geen meldingen van je telefoon

Laad de Charge 5 op om deze functies te gebruiken of aan te passen.

Apparaatvergrendeling instellen

Om je tracker veilig te houden, schakel je de apparaatvergrendeling in de Fitbit-app in. Je wordt gevraagd om een persoonlijke viercijferige pincode in te voeren om je tracker te ontgrendelen. Als je Fitbit Pay installeert om contactloos te betalen met je tracker, wordt de apparaatvergrendeling automatisch ingeschakeld en moet je een code instellen. Als je Fitbit Pay niet gebruikt, dan is de apparaatvergrendeling optioneel.



Apparaatvergrendeling inschakelen of je pincode resetten in de Fitbit-app:

Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel > **Apparaatvergrendeling**.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Scherm altijd-aan aanpassen

Schakel Scherm altijd-aan in om de tijd op je tracker te tonen, zelfs wanneer je geen interactie hebt met het scherm.



Scherm altijd aan in- of uitschakelen:

1. Veeg op de wijzerplaat omlaag voor toegang tot de snelle instellingen.
2. Tik op de **Instellingen-app** > **Display-instellingen** > **Scherm altijd aan**.
3. Tik op **Scherm altijd aan** om de instelling in of uit te schakelen. Tik op **Display uitgeschakeld** om het scherm in te stellen op bepaalde uren automatisch uit te schakelen.

Houd er rekening mee dat het inschakelen van deze functie invloed heeft op de batterijduur van je tracker. Wanneer Scherm altijd aan is ingeschakeld, moet de Charge 5 vaker worden opgeladen.

Wijzerplaten zonder een Scherm altijd aan-modus gebruiken een standaard Scherm altijd aan-wijzerplaat.

Scherm altijd aan wordt automatisch uitgeschakeld als de batterij van je tracker bijna leeg is.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Het scherm uitschakelen

Om het scherm van je tracker uit te schakelen wanneer dat niet wordt gebruikt, bedek je de wijzerplaat van de tracker kort met je andere hand of draai je je pols van je lichaam af.

Houd er rekening mee dat het scherm niet wordt uitgeschakeld als je de instelling Scherm altijd aan inschakelt.

Apps en wijzerplaten

Leer hoe je je wijzerplaat kunt wijzigen en toegang krijgt tot apps op de Charge 5.

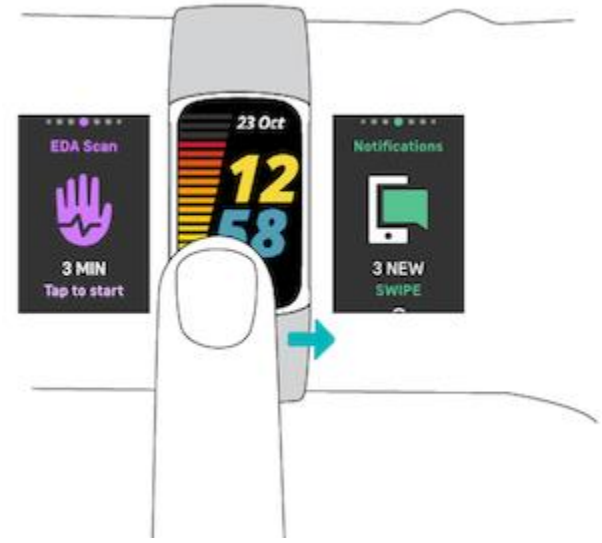
De wijzerplaat veranderen

De Fitbit-wijzerplatengalerie biedt verschillende wijzerplaten om je tracker te personaliseren.

1. Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik op **Wijzerplaten**.
3. Blader door de beschikbare wijzerplaten. Tik op een wijzerplaat om een gedetailleerde weergave te zien.
4. Tik op **Installeren** om de wijzerplaat toe te voegen aan de Charge 5.

Apps openen

Veeg vanaf de wijzerplaat naar links en rechts om de apps te bekijken die op je tracker zijn geïnstalleerd. Veeg omhoog of tik op een app om deze te openen. Veeg naar rechts om naar een vorig scherm terug te gaan of tik tweemaal op het scherm om terug te gaan naar het klokscherm.



Meldingen van je telefoon

Om je op de hoogte te houden, kan de Charge 5 oproep-, sms-, agenda- en app-meldingen van je telefoon weergeven. Houd je tracker binnen negen meter afstand van je telefoon om meldingen te ontvangen.

Meldingen instellen

Zorg ervoor dat Bluetooth op je telefoon is ingeschakeld en dat je telefoon meldingen kan ontvangen (dit is meestal in te stellen via Instellingen > Meldingen). Stel vervolgens meldingen in:

1. Ga naar het tabblad Vandaag  n de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik op **Meldingen**.
3. Volg de instructies op het scherm om je tracker te koppelen, indien je dit nog niet hebt gedaan. Oproep-, sms- en agendameldingen worden automatisch ingeschakeld.
4. Om meldingen te activeren van apps die op je telefoon zijn geïnstalleerd, waaronder Fitbit en WhatsApp, tik je op **App-meldingen** en schakel je de meldingen in die je wilt zien.

Houd er rekening mee dat als je een iPhone hebt, de Charge 5 meldingen toont van alle agenda's die met de Agenda-app zijn gesynchroniseerd. Als je in het bezit bent van een Android-telefoon, zal de Charge 5 agendameldingen weergeven van de agenda-app die je tijdens het installeren hebt geselecteerd.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Inkomende meldingen bekijken

Je tracker trilt wanneer een melding binnenkomt. Tik op een melding om het bericht uit te vouwen.

Als je de melding niet leest als deze binnenkomt, kun je deze later controleren in de Meldingen-app . Veeg naar rechts of links om naar de Meldingen-app te gaan, veeg dan omhoog om deze te openen. Je tracker toont de eerste 250 tekens van de melding. Pak je telefoon om het volledige bericht te lezen.



Meldingen beheren

De Charge 5 bewaart maximaal tien meldingen, waarna de oudste berichten zullen worden vervangen als je nieuwe ontvangt.

Meldingen beheren in de Meldingen-app :

- Veeg omhoog om door je meldingen te bladeren en tik op een melding om deze uit te vouwen.
- Om een melding te verwijderen, tik je erop om deze uit te vouwen. Veeg vervolgens naar beneden en tik op **Wissen**.
- Als je alle meldingen tegelijk wilt verwijderen, veeg je omhoog tot je het einde van je meldingen bereikt en tik je op **Alles wissen**.
- Veeg naar rechts als je het meldingenscherm wilt sluiten.

Meldingen uitschakelen

Schakel bepaalde meldingen uit in de Fitbit-app of schakel alle meldingen uit in de snelle instellingen op de Charge 5. Wanneer je alle meldingen uitschakelt, trilt je tracker niet en wordt het scherm niet ingeschakeld wanneer je telefoon een melding ontvangt.

Om bepaalde meldingen uit te schakelen:

1. Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app op je telefoon en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel > **Meldingen.**
2. Schakel de meldingen uit die je niet langer op je tracker wilt ontvangen.

Om alle meldingen uit te schakelen:

1. Veeg omlaag vanaf de wijzerplaat om toegang te krijgen tot de snelle instellingen.
2. Schakel de **Niet storen-modus** in. Alle meldingen en herinneringen worden uitgeschakeld.



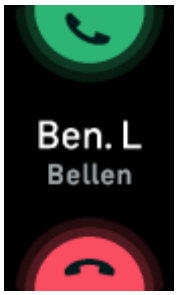
Houd er rekening mee dat als je de instelling Niet storen op je telefoon hebt ingeschakeld, je geen meldingen zult ontvangen op je tracker totdat je deze instelling hebt uitgezet.

Telefoongesprekken accepteren of weigeren

Als je een iPhone of Android-telefoon aan de Charge 5 hebt gekoppeld, kun je inkomende oproepen accepteren of weigeren.

Tik op het groene telefoonpictogram op het scherm van je tracker om een oproep te accepteren. Houd er rekening mee dat je niet in de tracker kunt praten. Door een oproep te accepteren, wordt de oproep op je nabijgelegen telefoon beantwoord. Als je een oproep wilt weigeren, tik je op het rode telefoonpictogram om de beller door te sturen naar voicemail.

De naam van de beller wordt weergegeven als de persoon in je contactlijst staat; anders zie je alleen het telefoonnummer.



Berichten beantwoorden (Android-telefoons)

Reageer direct op je tracker op sms-berichten en meldingen van bepaalde apps door middel van vooraf ingestelde, snelle reacties. Houd je telefoon in de buurt met de Fitbit-app die op de achtergrond wordt uitgevoerd, zodat je kunt reageren op berichten vanaf je tracker.

Reageren op een bericht:

1. Open de melding waarop je wilt reageren.
2. Selecteer hoe je op het bericht wilt reageren:
    - Tik op het tekstpictogram  om een bericht te beantwoorden vanuit een lijst met snelle antwoorden.
    - Tik op het emoji-pictogram  om een bericht te beantwoorden met een emoji.

Ga voor meer informatie, inclusief hoe je snelle antwoorden kunt aanpassen, naar het gerelateerde Help-artikel.

Tijd bijhouden

Alarmen trillen om je te wekken of te waarschuwen op een door jou ingesteld tijdstip. Je kunt maximaal acht alarmen instellen die eenmalig of op meerdere dagen van de week afgaan. Je kunt ook de tijd van gebeurtenissen opnemen met de stopwatch of een afteltimer instellen.

De Alarmen-app gebruiken

Stel eenmalige of terugkerende alarmen in met de Alarmen-app . Je tracker trilt wanneer een alarm afgaat.

Wanneer je een alarm instelt, schakel dan Smart Wake in om je tracker de beste tijd te laten vinden om je te wekken vanaf 30 minuten vóór de ingestelde alarmtijd. Het voorkomt dat je wordt gewekt tijdens een diepe slaap, zodat je je als herboren voelt als je wakker wordt. Als Smart Wake de beste tijd om je te wekken niet kan vinden, waarschuwt je alarm je op de ingestelde tijd.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Een alarm uitzetten of uitstellen

Je tracker trilt bij het afgaan van een alarm. Veeg omhoog vanaf de onderkant van het scherm en tik op het pictogram Uitschakelen om het alarm uit te zetten . Veeg omlaag vanaf de bovenkant van het scherm om het alarm negen minuten lang te laten sluimeren.

Je kunt het alarm zo vaak uitstellen als je wilt. De Charge 5 stelt het alarm automatisch uit als je het alarm langer dan één minuut negeert.



De Timers-app gebruiken

Time gebeurtenissen met de stopwatch of stel een afteltimer in met de Timers-app  op je tracker. Je kunt de stopwatch en afteltimer tegelijkertijd uitvoeren.

Als Scherm altijd-aan is ingeschakeld, blijft het scherm de stopwatch of afteltimer weergeven totdat deze stopt of totdat je de app verlaat.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Activiteit en welzijn

De Charge 5 houdt tijdens het dragen voortdurend verschillende statistieken bij. Gegevens worden de hele dag door automatisch gesynchroniseerd met de Fitbit-app.

Je statistieken bekijken

Veeg omhoog vanaf de wijzerplaat om je dagelijkse statistieken te zien, waaronder:

Kernstatistieken	Aantal gezette stappen vandaag, afgelegde afstand, aantal verbrande calorieën en het aantal minuten in actieve zones
Hartslag	Huidige hartslag en hartslagzone, en hartslag in rust
Training	Aantal dagen dat je gedurende deze week je trainingsdoel hebt bereikt
Slaap	Slaapduur
Actieve uren	Het aantal uren dat je vandaag je activiteitsdoel per uur hebt behaald
Menstruele gezondheid	Informatie over de huidige fase van je menstruatiecyclus, als dit van toepassing is
Zuurstofverzadiging (alleen Vandaag-app)	Je meest recente gemiddelde SpO2-niveau en -bereik in rust

Als je een doel hebt ingesteld in de Fitbit-app, geeft een ring je voortgang naar dat doel weer.

In de Fitbit-app vind je je volledige geschiedenis en andere informatie die door je tracker is geregistreerd.

Een dagelijks activiteitendoel bijhouden

De Charge 5 houdt je voortgang bij richting een dagelijks doel van jouw keuze. Als je je doel hebt bereikt, trilt je tracker en wordt een felicitatie weergegeven.

Een doel kiezen

Stel een doel ter ondersteuning van je gezondheids- en fitnesstraject. Begin met een doel van 10.000 stappen per dag. Wijzig het aantal stappen of kies een ander bewegingsdoel, afhankelijk van je apparaat.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Houd je voortgang bij richting een doel op de Charge 5. Ga voor meer informatie naar 'Je statistieken bekijken' op pagina 30.

Je beweegactiviteiten per uur volgen

De Charge 5 helpt je gedurende de dag actief te blijven door bij te houden wanneer je stilstaat en je eraan te herinneren dat je moet bewegen.

Deze herinneringen sporen je aan om ten minste 250 stappen per uur te zetten. Tien minuten vóór het verstrijken van het uur voel je een trilling en verschijnt er een melding op het scherm dat je nog geen 250 stappen hebt gezet. Als je na ontvangst van de herinnering het doel van 250 stappen bereikt, voel je een tweede trilsignaal en zie je een felicitatiebericht.



Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je slaap bijhouden

Draag de Charge 5 in bed voor het automatisch registreren van basisstatistieken over je slaap, zoals de tijd die je slaapt, de slaapfases (de tijd die je doorbrengt in remslaap, lichte slaap en diepe slaap) en de slaapscore (de kwaliteit van je slaap).

De Charge 5 houdt ook je geschatte zuurstofvariatie gedurende de nacht bij om je te helpen mogelijke verstoorde ademhaling en SpO2-niveaus te ontdekken, die een schatting maakt van de hoeveelheid zuurstof in je bloed.

Synchroniseer je tracker wanneer je wakker wordt en controleer de Fitbit-app of veeg omhoog vanaf de wijzerplaat op je tracker.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Een slaapdoel instellen

Je doel staat in eerste instantie ingesteld op acht uur slaap per nacht. Je kunt dit doel aanpassen naar je eigen behoefte.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Een beter inzicht in je slaapgewoontes krijgen

Met een Fitbit Premium-abonnement zie je meer details over je slaapscore en hoe je slaapscore zich verhoudt tot die van je leeftijdsgenoten, wat je kan helpen om een betere slaaproutine op te bouwen en verfrist wakker te worden.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Stress beheersen

Volg en beheers je stress met functies voor mindfulness.

De app voor EDA-scan gebruiken

De EDA Scan-app op de Charge 5 detecteert elektrodermale activiteit, wat aan kan geven hoe je lichaam reageert op stress. Omdat de mate waarin je zweet wordt bepaald door het sympatische zenuwstelsel, kunnen deze veranderingen je betekenisvolle trends laten zien over hoe je lichaam reageert op stress.

1. Veeg op de Charge 5 naar links of rechts om naar de EDA Scan-app te gaan en tik erop om deze te openen.
2. Om een scan te starten die net zolang duurt als je vorige scan, tik je op het afspeelpictogram. Als je de tijdsduur voor de scan wilt wijzigen, veeg je omhoog en tik je op **Duur wijzigen** > tik op het gewenste aantal minuten.
3. Druk zacht de zijkanten van je tracker in met je duim en wijsvinger.
4. Probeer niet te bewegen en houd je vingers op je tracker totdat de scan is voltooid.
5. De scan pauzeert als je je vingers verwijdert. Plaats je vingers weer op de zijkanten van je tracker om door te gaan met de scan. Tik op **Sessie beëindigen** om de sessie te beëindigen.
6. Als de scan is voltooid, tik je op een stemming om aan te geven hoe je je voelt of tik je op **Overslaan**.

7. Veeg omhoog om de samenvatting van je scan te zien, inclusief het aantal EDA-responses, je hartslag aan het begin en het einde van de sessie en je reflectie als je je stemming hebt ingevoerd.
8. Tik op **Klaar** om het overzichtsvenster te sluiten.
9. Open de Fitbit-app op je telefoon om meer details over je sessie te zien. Tik vanuit het tabblad Vandaag , tik op de **Mindfulness-tegel** > **Jouw tijdlijn**.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je stressbeheersingsscore bekijken

Op basis van gegevens over je hartslag, training en slaapritme laat de stressbeheersingsscore je zien of je lichaam dagelijks tekenen van stress vertoont. De score heeft een bereik van 1 tot 100 en een hoger getal betekent dat je lichaam minder tekenen van fysieke stress vertoont. Draag je tracker tijdens het slapen en open de volgende ochtend de Fitbit-app op je telefoon om je dagelijkse stressbeheersingsscore te zien. Tik vanuit het tabblad Vandaag  op de Stressbeheersing-tegel.

Voer dagelijks in hoe je je voelt om een duidelijker beeld te krijgen van hoe je lichaam en geest reageren op stress. Met Fitbit Premium krijg je meer details over hoe de score is opgebouwd.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Geavanceerde gezondheidsstatistieken

Leer je lichaam beter kennen met de gezondheidsstatistieken in de Fitbit-app. Met deze functie kun je de belangrijkste gegevens zien die door je Fitbit-apparaat na verloop van tijd worden geregistreerd, zodat je trends kunt zien en kunt beoordelen wat er is veranderd.

Statistieken omvatten:

- Zuurstofverzadiging (SpO2)
- Variatie voor huidtemperatuur
- Hartslagvariabiliteit
- Hartslag in rust
- Ademsnelheid

Let op: Deze functie is niet bedoeld om een medische aandoening vast te stellen of te behandelen en mag niet gebruikt worden voor medische doeleinden. Deze functie is bedoeld om je informatie te verschaffen over hoe je je gezondheid bijhoudt. Neem contact op met een arts als je twijfels hebt over je gezondheid. Als je denkt dat er sprake is van een medische noodsituatie, moet je de hulpdiensten bellen.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Training en hartgezondheid

Houd automatisch je training bij of registreer je activiteit met de Training-app zodat je statistieken in realtime en een overzicht na je work-out kunt bekijken.

Check de Fitbit-app om je activiteiten met vrienden en familie te delen, te bekijken hoe je algehele conditieniveau zich met dat van je leeftijdsgenoten laat vergelijken en meer.

Je training automatisch bijhouden

De Charge 5 is in staat veel activiteiten met veel bewegingen van minstens 15 minuten automatisch te herkennen en vast te leggen. Zie de basisstatistieken van je activiteit in de Fitbit-app op je telefoon. Tik vanaf het tabblad Vandaag op de Training-tegel. .

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Training registreren en analyseren met de Training-app

Houd met de Training-app op de Charge 5 specifieke activiteiten bij om in real time statistieken te bekijken op je pols, waaronder hartslaggegevens, verbrande calorieën, verstreken tijd en een samenvatting na je work-out. Tik op de tegel Training in de Fitbit-app voor de volledige statistieken van je work-out en een kaart van je trainingsintensiteit indien je gps hebt gebruikt.

Ga voor meer informatie over het registreren van een activiteit met gps naar het gerelateerde Help-artikel.

Dynamische gps op de Charge 5 laat de tracker het type gps instellen aan het begin van een training. De Charge 5 probeert verbinding te maken met de gps-sensoren op je telefoon zodat de batterij langer meegaat. Als je telefoon niet in de buurt is of beweegt, maakt de Charge 5 gebruik van de ingebouwde gps. Beheer je gps-instellingen in de Instellingen-app. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Gps-vereisten telefoon

Telefoon-gps is beschikbaar voor alle ondersteunde telefoons met gps-sensoren. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

1. Schakel Bluetooth en gps in op je telefoon.
2. Zorg ervoor dat de Charge 5 is gekoppeld met je telefoon.
3. Zorg ervoor dat de Fitbit-app toestemming heeft om gebruik te maken van gps of locatiediensten.
4. Controleer of gps is ingeschakeld voor de training.
    a. Open de Training-app en veeg omhoog om een training te zoeken.
    b. Tik op de training, veeg omhoog en zorg ervoor dat **Gps** is ingeschakeld.
5. Zorg ervoor dat de gps-modus op de Charge 5 is ingesteld op **Dynamisch** of **Telefoon-gps** (open de Instellingen-app > **Gps** > **Gps-modus**).
6. Neem je telefoon mee tijdens de training.

Om een activiteit te registreren:

1. Veeg naar links of rechts op de Charge 5 om de Training-app te openen, veeg omhoog om een training te zoeken.
2. Tik op de training om deze te kiezen. Als de training gebruikmaakt van gps, kun je wachten tot het signaal is verbonden of beginnen met de training terwijl gps verbinding maakt wanneer een signaal beschikbaar is. Houd er rekening mee dat het een paar minuten kan duren voordat je gps is verbonden.
3. Tik op het afspeelpictogram om met de training te beginnen of veeg omhoog om een trainingsdoel te selecteren of de instellingen aan te passen. Ga voor meer informatie over de instellingen naar 'Je trainingsinstellingen aanpassen' op pagina 37.
4. Tik op het midden van het scherm om door je realtime statistieken te bladeren. Om je work-out te pauzeren, veeg je omhoog en tik je op **Pauzeren**.
5. Als je klaar bent met je work-out, veeg je omhoog en tik je op **Pauzeren** > **Beëindigen**. Er verschijnt een overzicht van je work-out.
6. Veeg omhoog en tik op **Klaar** om het overzichtsvenster te sluiten.

Opmerkingen:

- Als je een trainingsdoel hebt ingesteld, zal je tracker je waarschuwen als je halverwege bent en wanneer je het doel bereikt.
- Als de training gebruikmaakt van gps, verschijnt de melding 'Gps verbinden...' bovenaan het scherm. De Charge 5 is verbonden als er 'Gps verbonden' op het scherm staat weergegeven.
- Gebruik verbonden gps met je telefoon in de buurt voor activiteiten die langer duren, zoals golf of een hike om ervoor te zorgen dat je volledige work-out wordt geregistreerd met gps.
- Zorg voor de beste resultaten dat de batterij van je tracker meer dan 80% is opgeladen als je een training van meer dan twee uur wilt registreren met de ingebouwde gps.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.



Als je de ingebouwde gps gebruikt, heeft dit invloed op de batterijduur van je tracker. Als je regelmatig gebruikmaakt van gps-registratie, heeft de Charge 5 een batterijduur van ongeveer vier dagen.

De instellingen van je trainingen aanpassen

Pas instellingen aan voor elk type training op je tracker of in de Fitbit-app. Wijzig of rangschik de snelkoppelingen naar trainingen in de Fitbit-app.

Instellingen omvatten:

Hartzonemeldingen	Ontvang meldingen als je hartslagzonedoelen bereikt tijdens je work-out. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel
Rondes	Meldingen ontvangen als je tijdens je work-out bepaalde mijlpalen bereikt
Gps	Je route bijhouden met gps
Automatisch pauzeren	Pauzeer automatisch een hardloopsessie als je stopt met bewegen
Hardloopdetectie	Automatisch runs bijhouden zonder de Training-app te openen
Scherm altijd-aan	Het scherm aanhouden tijdens training
Zwembadlengte	Stel de lengte van je zwembad in
Eenheid	Wijzig de meeteenheid die je gebruikt voor de zwembadlengte
Interval	Pas de bewegings- en rustintervallen aan die worden gebruikt tijdens intervaltraining

De instellingen voor elk type training op je tracker aanpassen:

1. Veeg naar de Training-app , veeg vervolgens omhoog om een training te zoeken.
2. Tik op de training om deze te kiezen.

3. Veeg omhoog door de trainingsinstellingen. Tik op een instelling om deze aan te passen.
4. Als je klaar bent, veeg je omlaag tot je het afspeelpictogram ziet.

Bepaalde trainingsinstellingen aanpassen en de snelkoppelingen van de Training-app wijzigen of opnieuw rangschikken in de Fitbit-app:

1. Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik op **Snelkoppelingen naar trainingen**.
    - Als je een nieuwe snelkoppeling naar een training wilt toevoegen, tik je op het **+**-pictogram en selecteer je een training.
    - Veeg naar links op een snelkoppeling om een snelkoppeling naar een training te verwijderen.
    - Om een snelkoppeling naar een training opnieuw te rangschikken, tik je op **Bewerken** (alleen voor iPhones) en houd je het menupictogram ingedrukt. Vervolgens sleep je het naar boven of beneden.
    - Als je een trainingsinstelling wilt aanpassen, tik je op een training en pas je de instellingen aan.

Je kunt maximaal 6 trainingssnelkoppelingen op de Charge 5 hebben.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

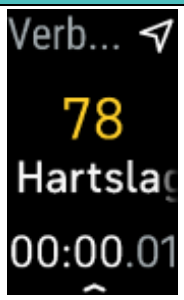
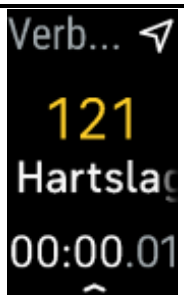
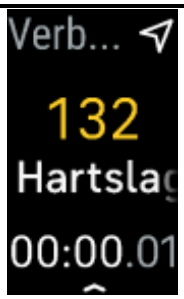
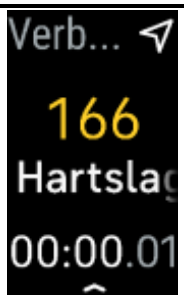
Een overzicht van je work-out bekijken

Nadat je een work-out hebt voltooid, geeft de Charge 5 een overzicht van je statistieken weer.

Kijk op de Training-tegel in de Fitbit-app om aanvullende statistieken en een kaart van je trainingsintensiteit te zien indien je gps hebt gebruikt.

Je hartslag controleren

De Charge 5 personaliseert je hartslagzones met behulp van je hartslagreserve: dit is het verschil tussen je maximale hartslag en je hartslag in rust. Controleer je hartslag en je hartslagzone op je tracker tijdens het trainen, zodat je de intensiteit van je training naar eigen wens kunt aanpassen. De Charge 5 stuurt je een melding wanneer je een hartslagzone bereikt.

Pictogram	Zone	Berekening	Beschrijving
	Onder zone	Lager dan 40% van je hartslagreserve	Je hart klopt op een lager tempo onder de vetverbrandingszone.
	Vetverbrandingszone	Tussen de 40% en 59% van je hartslagreserve	In de vetverbrandingszone lever je waarschijnlijk gemiddelde inspanning, zoals bij een stevige wandeling. Je hartslag en ademhaling zijn mogelijk verhoogd, maar je kunt nog wel een gesprek voeren.
	Cardiozone	Tussen de 60% en 84% van je hartslagreserve	In de cardiozone voer je waarschijnlijk een intensieve activiteit uit, zoals hardlopen of spinning.
	Piekzone	Hoger dan 85% van je hartslagreserve	In de piekzone voer je waarschijnlijk een korte, intensieve activiteit uit, die je prestaties en snelheid verbetert, zoals sprinten en HIIT.

Aangepaste hartslagzones

Je kunt in plaats van deze hartslagzones ook een aangepaste zone aanmaken in de Fitbit-app, zodat je je op een specifieke hartslag kunt richten.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je verdient minuten in actieve zones voor de tijd die je besteedt in de vetverbrandings-, cardio- of piekzone. Om je tijd te optimaliseren, verdien je twee minuten in actieve zones voor elke minuut die je besteedt in de cardio- of piekzone.

één minuut in de vetverbrandingszone = één actieve zoneminuut
één minuut in de cardio- of piekzone = twee actieve zoneminuten

De Charge 5 waarschuwt je op twee manieren over Actieve zoneminuten:

- Even nadat je een andere hartslagzone tijdens je training hebt bereikt terwijl je de Training-app gebruikt, zodat je weet hoe hard je werkt. Het aantal keer dat je tracker trilt, geeft aan in welke zone je je bevindt:

1 trilling = vetverbrandingszone
2 trillingen = cardiozone
3 trillingen = piekzone



- Zeven minuten nadat je een hartslagzone hebt bereikt gedurende de dag (bijvoorbeeld tijdens een stevige wandeling).



Wanneer je begint, heb je als doel om per week 150 actieve zoneminuten te verdienen. Je ontvangt meldingen zodra je je doel bereikt.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Hartslagmeldingen ontvangen

Krijg een melding als de Charge 5 detecteert dat je hartslag ongebruikelijk hoog of laag is als lijkt dat je ten minste 10 minuten inactief bent.



Om deze functie in of uit te schakelen of de drempelwaarden aan te passen:

1. Ga naar het tabblad Vandaag in de Fitbit-app op je telefoon en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik in het gedeelte Activiteit en welzijn op **Hartslaginstellingen** > **Hoge en lage hartslag**.
3. Schakel **Melding bij hoge hartslag** of **Melding bij lage hartslag** in of uit of tik op **Aangepast** om de drempelwaarde aan te passen.

In de Fitbit-app kun je eerdere hartslagmeldingen bekijken, mogelijke symptomen en oorzaken invoeren of meldingen verwijderen. Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je conditiescore weergeven

Bekijk je algehele cardiovasculaire conditie in de Fitbit-app. Bekijk je conditiescore en conditieniveau, wat laat zien hoe je het doet in vergelijking met je leeftijdsgenoten.

Tik in de Fitbit-app op de hartslagtegel en veeg naar links op je hartslaggrafiek om je gedetailleerde conditiestatistieken te bekijken.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je activiteiten delen

Na het voltooien van een work-out kun je de Fitbit-app openen om je statistieken met vrienden en familie te delen.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Fitbit Pay

De Charge 5 is voorzien van een ingebouwde NFC-chip, waarmee je je creditcards en betaalkaarten kunt gebruiken op je tracker.

Creditcards en betaalkaarten gebruiken

Je kunt Fitbit Pay instellen in het Wallet-gedeelte in de Fitbit-app en je tracker gebruiken voor aankopen in winkels die contactloze betalingen accepteren.

Onze lijst met partners wordt voortdurend aangevuld met nieuwe locaties en kaartverstrekkers. Om te zien of je betaalkaart geschikt is voor Fitbit Pay, ga je naar fitbit.com/fitbit-pay/banks.

Fitbit Pay instellen

Voeg minstens één creditcard of betaalkaart van een deelnemende bank aan het Wallet-gedeelte van de Fitbit-app toe om gebruik te kunnen maken van Fitbit Pay. In het Wallet-gedeelte kun je betaalkaarten toevoegen en verwijderen, een standaardbetaalkaart voor je tracker instellen, een betaalmethode bewerken en recente aankopen bekijken.

1. Ga naar het tabblad Vandaag  in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik op de tegel **Wallet**.
3. Volg de instructies op het scherm om een betaalpas toe te voegen. In sommige gevallen kan de bank extra verificatie verlangen. Als je voor het eerst een kaart toevoegt, kan je gevraagd worden een viercijferige pincode voor je tracker in te stellen. Onthoud dat je telefoon ook met een toegangscode moet zijn beschermd.
4. Nadat je een betaalpas hebt toegevoegd, volg je de instructies op het scherm om meldingen op je telefoon in te stellen (als je dit nog niet hebt gedaan) en de installatie te voltooien.

Je kunt tot vijf betaalpassen aan de Wallet toevoegen en kiezen welke kaart je als standaardbetaalkaart wilt instellen.

Aankopen doen

Opmerking: Volg de onderstaande instructies voor alle kaarttypes om contactloos te betalen met de Charge 5 in Australië. Als je om een pincode wordt gevraagd, voer je de viercijferige pincode van je tracker in (niet de pincode van je pas). Ga voor meer informatie over het instellen van een pincode naar het gerelateerde Help-artikel.

Met Fitbit Pay kun je aankopen doen in winkels die contactloos betalen aanbieden. Zoek naar het volgende symbool op de betaalautomaat om te controleren of de winkel Fitbit Pay ondersteunt:



Voor alle klanten, inclusief die in Australië:

1. Veeg op de wijzerplaat omlaag en tik op **Betalingen** .
2. Voer desgevraagd de viercijferige pincode van je tracker in. Je standaardbetaalpas verschijnt op het scherm.



3. Houd je pols in de buurt van de betaalautomaat om te betalen met deze pas. Als je met een andere kaart wilt betalen, veeg je om de gewenste kaart te vinden en houd je je pols in de buurt van de betaalautomaat.

Zodra de betaling is goedgekeurd, trilt je tracker en krijg je een bevestiging te zien op het scherm.

Als de betaalautomaat Fitbit Pay niet herkent, zorg er dan voor dat je de bovenkant van je tracker in de buurt van het detectiegedeelte houdt en dat de winkelmedewerker weet dat je contactloos wilt betalen.

Voor extra veiligheid moet je je Charge 5 om je pols dragen om met Fitbit Pay te kunnen betalen.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Je standaardbetaalpas wijzigen

1. Ga naar het tabblad Vandaag  in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Charge 5-tegel.
2. Tik op de tegel **Wallet**.
3. Zoek naar de pas die je als standaardbetaalpas wilt instellen.
4. Tik op **Als standaard instellen op Charge 5**.

Betalen voor vervoer

Gebruik Fitbit Pay op lezers van vervoerssystemen die contactloze betalingen met creditcard of betaalpas accepteren om in en uit te checken. Om te betalen met je tracker volg je de stappen die staan vermeld in 'Creditcards en betaalkaarten gebruiken' op pagina43.

Betaal met dezelfde kaart op je Fitbit-tracker wanneer je in- en uitcheckt bij de lezers aan het begin en einde van je reis. Zorg dat je apparaat is opgeladen voordat je aan je reis begint.

Bijwerken, opnieuw opstarten en wissen

Voor enkele stappen voor probleemoplossing kan het nodig zijn dat je de tracker opnieuw opstart. Het wissen van de Charge 5 is zinvol als je de Charge 5 aan een andere persoon wilt geven. Werk je tracker bij om de laatste firmware te ontvangen.

De Charge 5 bijwerken

Werk je tracker bij om de nieuwste functieverbeteringen en productupdates te ontvangen.

Wanneer een update beschikbaar is, verschijnt er een melding in de Fitbit-app. Nadat je de update hebt gestart, volg je de voortgangsbalk op je Charge 5 en in de Fitbit-app totdat de update is voltooid. Houd tijdens de update je tracker en telefoon bij elkaar in de buurt.

Om de Charge 5 bij te werken, moet de batterij van je tracker ten minste 20% zijn opgeladen. Het bijwerken van de Charge 5 kan de batterijduur verkorten. We raden je aan om je tracker op de oplader aan te sluiten, voordat je een update start.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Charge 5 opnieuw opstarten

Als je de Charge 5 niet kunt synchroniseren of wanneer je problemen ondervindt met het bijhouden van je statistieken of het ontvangen van meldingen, kun je je tracker opnieuw opstarten vanaf je pols:

1. Veeg omlaag vanaf het klokscherm en zoek de Instellingen-app.
2. Open de Instellingen-app > **Apparaat opnieuw opstarten** > **Opnieuw opstarten**.

Als de Charge 5 niet reageert:

1. Sluit de oplaadkabel aan op de Charge 5. Ga voor instructies naar 'Je tracker opladen' op pagina 7.
2. Druk drie keer op de knop aan het platte eind van de oplader, met tussenpozen van één seconde. Wacht daarna tien seconden of totdat het Fitbit-logo verschijnt.



Er worden tijdens het opnieuw opstarten van je tracker geen gegevens gewist.

De Charge 5 wissen

Als je de Charge 5 aan iemand anders wilt geven of terug wilt brengen, moet je eerst je persoonsgegevens wissen:

1. Veeg omlaag vanaf het klokscherm en zoek de Instellingen-app.
2. Open de Instellingen-app > **Apparaatgegevens** > **Gebruikersgegevens wissen**.
3. Veeg omhoog en druk vervolgens drie seconden op **3 sec indrukken** en laat los**.**
4. Je gegevens zijn gewist wanneer je het Fitbit-logo ziet en de Charge 5 trilt.

Problemen oplossen

Als de Charge 5 niet naar behoren functioneert, raadpleeg dan de onderstaande stappen voor probleemoplossing.

Hartslagsignaal ontbreekt

De Charge 5 legt gedurende de dag en tijdens trainingen voortdurend je hartslag vast. Als de hartslagsensor op je tracker moeite heeft met het detecteren van een signaal, verschijnen er liggende streepjes.



Als je tracker geen hartslagsignaal detecteert, controleer dan of je je tracker op de juiste manier draagt; plaats je tracker hoger of lager op je pols, of maak de polsband strakker of losser vast. De Charge 5 moet contact maken met je huid. Nadat je je arm voor korte tijd stil en recht hebt gehouden, zou je je hartslag weer moeten zien.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Gps-signaal ontbreekt

Omgevingsfactoren zoals hoge gebouwen, dichte bebossing, steile bergen of zware bewolking kunnen ervoor zorgen dat je tracker moeite heeft om verbinding te maken met gps-satellieten. Als je tracker tijdens een training naar een gps-signaal zoekt, zul je bovenaan het scherm '**gps verbinden** ' zien staan. Indien de Charge 5 geen verbinding kan maken met een gps-satelliet, stopt de tracker met proberen om verbinding te maken totdat je opnieuw een gps-training start.



Wacht voor de beste resultaten tot de Charge 5 een signaal heeft gevonden voordat je met je work-out begint.

Ga voor meer informatie naar het gerelateerde Help-artikel.

Andere problemen

Als je een van de volgende problemen ondervindt, start dan de tracker opnieuw op:

- Synchroniseert niet
- Reageert niet op tikken of vegen
- Stappen of andere gegevens worden niet geregistreerd
- Toont geen meldingen

Ga voor instructies naar 'De Charge 5 opnieuw opstarten' op pagina 46.

Algemene informatie en specificaties

Sensoren en onderdelen

De Fitbit Charge 5 beschikt over de volgende sensoren en motors:

- Een 3-assige versnellingsmeter die bewegingspatronen vastlegt
- Een ingebouwde gps-ontvanger met GLONASS, die je locatie tijdens een work-out bijhoudt
- Optische hartslagmeter
- Multifunctionele elektrische sensoren die compatibel zijn met de EDA Scan-app
- Omgevingslichtsensor
- Vibratiemotor

Materialen

De behuizing van de Charge 5 is gemaakt van geanodiseerd aluminium en chirurgisch roestvrij staal. Het bandje dat bij de Charge 5 wordt geleverd is gemaakt van flexibel, duurzaam silicone dat vergelijkbaar is met het materiaal van andere sporthorloges. Al het roestvrij staal en geanodiseerd aluminium kunnen sporen van nikkel bevatten, wat bij mensen met een nikkelallergie tot een allergische reactie kan leiden. De hoeveelheid nikkel in alle Fitbit-producten is overeenkomstig met de strikte nikkelrichtlijnen van de Europese Unie.

Draadloze technologie

De Charge 5 bevat een Bluetooth 5.0-radiozendontvanger en een NFC-chip.

Haptische feedback

De Charge 5 beschikt over een vibratiemotor, waarmee een signaal wordt afgegeven voor alarmen, doelen, meldingen, herinneringen en apps.

Batterij

De Charge 5 is uitgerust met een oplaadbare lithium-polymeerbatterij.

Geheugen

Op de Charge 5 worden je gegevens, waaronder dagelijkse statistieken, slaapgegevens en sportgeschiedenis, gedurende zeven dagen opgeslagen. Bekijk je historische gegevens in de Fitbit-app.

Display

De Charge 5 heeft een gekleurd AMOLED-scherm.

Formaat bandje

De maten van de bandjes worden hieronder weergegeven. Houd er rekening mee dat de maten van bandjes die als accessoire worden verkocht, enigszins kunnen afwijken.

Bandje in small	Past om een pols met een omtrek van 140 - 180 mm
Bandje in large	Past om een pols met een omtrek van 180 - 220 mm

Omgevingsvoorwaarden

Bedrijfstemperatuur	14 °F tot 113 °F (-10 °C tot 45 °C)
Niet-bedrijfstemperatuur	-4 °F tot 14 °F (-20 °C tot -10 °C) 113 °F tot 140 °F (45 °C tot 60 °C)
Waterdichtheid	Waterdichtheid tot 50 meter
Maximale bedrijfshoogte	8.534 m

Meer informatie

Ga voor meer informatie over je tracker, hoe je je voortgang kunt volgen in de Fitbit-app en hoe je gezonde gewoontes kunt opbouwen met Fitbit Premium naar help.fitbit.com.

Retourbeleid en garantie

Garantie-informatie en het retourbeleid van fitbit.com vind je op onze website.

Juridische en veiligheidsinformatie

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie die specifiek is voor bepaalde regio's kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

VS: Verklaring van de Federal Communications Commission (FCC)

Model FB421

FCC ID: XRAFB421

Opmerking voor de gebruiker: de FCC ID kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Conformiteitsverklaring van de leverancier

Unieke ID: FB421

Verantwoordelijke partij – Contactgegevens voor de VS

199 Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105
Verenigde Staten
877-623-4997

Nalevingsverklaring van de FCC (voor producten onderhevig aan deel 15)

Dit apparaat voldoet aan deel 15 van de FCC-richtlijnen.

De bediening ervan is onderhevig aan de volgende twee voorwaarden:

1. Dit apparaat mag geen schadelijke belemmeringen veroorzaken en
2. Dit apparaat moet elke vorm van belemmering toestaan, met inbegrip van belemmeringen die een ongewenste besturing van het apparaat tot gevolg hebben.

FCC-waarschuwing

Het toepassen van enige wijzigingen of aanpassingen die van tevoren niet nadrukkelijk zijn goedgekeurd door de partij die verantwoordelijk is voor naleving, kan ertoe leiden dat het recht van de gebruiker om deze apparatuur te gebruiken, vervalt.

Opmerking: Deze apparatuur is getest en in overeenstemming bevonden met de limieten voor een digitaal toestel uit Klasse B, overeenkomstig met deel 15 van het FCC-reglement. Deze limieten zijn opgesteld om bij installatie in een woonomgeving voor een aanvaardbare bescherming tegen schadelijke interferentie te zorgen. Dit apparaat genereert en gebruikt radiogolven, en kan radiogolven uitzenden die, bij een onjuiste installatie of onjuist gebruik, schadelijke interferentie kunnen veroorzaken aan communicatie via radiogolven. Er is echter geen garantie dat er bij een bepaalde installatie geen verstoring zal optreden. Als deze apparatuur schadelijke interferentie voor radio- en televisieontvangst veroorzaakt, hetgeen kan worden vastgesteld door het aan- en uitzetten van de apparatuur, wordt de gebruiker aangeraden te proberen de interferentie te verhelpen door middel van een of meer van de volgende maatregelen:

- Het heroriënteren of verplaatsen van de ontvangstantenne.
- Het vergroten van de afstand tussen de apparatuur en de ontvanger.
- Het aansluiten van de apparatuur op een ander stopcontact dan het stopcontact, waarop de ontvanger is aangesloten.
- Het vragen om advies aan een dealer of een ervaren radio- of tv-technicus.

Dit apparaat voldoet aan de vereisten van de FCC en de IC voor RF-stralingsblootstelling in publieke of ongecontroleerde omgevingen.

Canada: Verklaring van de Industry Canada (IC)

Model/Modèle FB421

IC: 8542A-FB421

Opmerking voor de gebruiker: de IC ID kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen › **Apparaatinformatie** › **Juridische informatie**

Avis à l'utilisateur: L'ID de l'IC peut également être consulté sur votre appareil. Pour voir le contenu:

Paramètres › **Informations sur l'appareil** › **Informations réglementaires**

Dit apparaat voldoet aan de vereisten van de IC voor RF-stralingsblootstelling in publieke of ongecontroleerde omgevingen.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC-kennisgeving aan gebruikers in het Engels/Frans, conform de huidige uitgave van de RSS GEN:

Dit apparaat voldoet aan de RSS-normen van de Industry Canada voor van vergunning vrijgestelde apparatuur.

De bediening ervan is onderhevig aan de volgende twee voorwaarden:

1. dit apparaat mag geen storingen veroorzaken en
2. dit apparaat moet elke vorm van belemmering toestaan, met inbegrip van belemmeringen die een ongewenste besturing van het apparaat tot gevolg hebben.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

Europese Unie (EU)

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Vereenvoudigde EU-conformiteitsverklaring

Hierbij verklaart Fitbit LLC dat het type radioapparatuur van model FB421 voldoet aan de richtlijn 2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is terug te vinden op de volgende website: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit LLC erklärt hiermit, dass die Funkgerättypen Modell FB421 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit LLC declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB421 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit LLC déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB421 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit LLC dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB421 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety

Argentinië

RAMATEL
C-26160

Australië en Nieuw-Zeeland

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Wit-Rusland

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Douane-unie

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Indonesië

73244/SDPPI/2021

3788

76114/SDPPI/2021

3788

Israël

מספר אישור אלחוטי של משרד התקשורת הוא . 55-09000
אסור להחליף את האנטנה המקורית של המכשיר ולא לעשות בו כל שינוי טכני אחר

Japan

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**



R 201-210387



Koninkrijk Saoedi-Arabië

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Mexico

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**



La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

Marokko

AGREE PAR L'ANRT MAROC

Numéro d'agrément: MR00029210ANRT2021

Date d'agrément: 23/06/2021

Nigeria

De verbinding en het gebruik van dit communicatie-apparaat wordt door de Nigeriaanse Commissie van Communicatie toegestaan.

Oman

TRA/TA-R/11836/21
D090258

Filippijnen

NTC

Type Accepted
No: ESD-RCE-2126831

Servië



Singapore

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen › **Apparaatinformatie** › **Juridische informatie**

Zuid-Korea

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen › **Apparaatinformatie** › **Juridische informatie**

Taiwan

用戶注意：某些地區的法規內容也可以在您的設備上查看。要查看內容：

設置 › 設備信息 › 法規信息

Vertaling:

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie kan ook op je apparaat worden bekeken. Instructies voor het bekijken van informatie vanuit je menu:

Instellingen › **Apparaatinformatie** › **Juridische informatie**

低功率警語:

- 取得審驗證明之低功率射頻器材，非經核准，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。
- 低功率射頻器材之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。前述合法通信，指依電信管理法規定作業之無線電通信。低功率射頻器材須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Vertaling:

Waarschuwing voor apparaten die zwakke radiogolven uitzenden:

- Zonder toestemming van de NCC mogen bedrijven, organisaties of gebruikers de frequentie van een goedgekeurd apparaat dat zwakke radiogolven uitzendt niet wijzigen, het zendvermogen verbeteren of de oorspronkelijke eigenschappen of prestaties wijzigen.
- Het gebruik van apparaten die zwakke radiogolven uitzenden, mag de vliegveiligheid of wettelijke communicatie niet beïnvloeden; wanneer er verstoring wordt waargenomen, moet het gebruik onmiddellijk worden beëindigd en moeten er verbeteringen worden aangebracht voordat het gebruik wordt voortgezet. Met wettelijke communicatie wordt hier radiocommunicatie bedoeld, die wordt uitgevoerd conform de wet- en regelgeving inzake telecommunicatie. Apparaten die zwakke radiogolven uitzenden, moeten bestand zijn tegen verstoring door wettelijke communicatie of industriële, wetenschappelijke of medische apparaten die radiogolven uitzenden.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及／或受傷的風險。

- 請勿拆解、鑿孔或損壞裝置或電池。
- 請勿取出或嘗試取出使用者不可自行更換的電池。
- 請勿將電池曝露於火焰、爆炸或其他危險中。
- 請勿使用尖銳物品取出電池。

Vertaling:

Waarschuwing batterij:

Dit apparaat maakt gebruik van een lithium-ionbatterij.

Als onderstaande richtlijnen niet worden opgevolgd, kan dit de levensduur verkorten van de lithium-ionbatterij in het apparaat of het risico vergroten op schade aan het apparaat, brand, chemische ontbranding, elektrolytische lekkage en/of letsel.

- Demonteer, doorboor of beschadig de batterij niet.
- Verwijder de batterij niet als de gebruiker niet in staat is deze te vervangen.
- Stel de batterij niet bloot aan vlammen, explosies of andere gevaren.
- Gebruik geen scherpe voorwerpen om de batterij te verwijderen.

Waarschuwing met betrekking tot het gezichtsvermogen

使用過度恐傷害視力

警語

- 使用過度恐傷害視力

注意事項

- 使用30分鐘請休息10分鐘。未滿2歲幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時

Vertaling:

Buitensporig gebruik kan oogschade veroorzaken

Waarschuwing:

- Buitensporig gebruik kan oogschade veroorzaken

Let op:

- Neem iedere 30 minuten een pauze van tien minuten.
- Dit product dient uit de buurt te worden gehouden van kinderen die jonger zijn dan twee jaar. Kinderen die ouder zijn dan twee jaar dienen niet langer dan 1 uur per dag naar het scherm te kijken.

Taiwan RoHS

設備名稱：無線活動追踪器 Part Name: Wireless Activity Tracker	限用物質及其化學符號 Restricted Substances and its chemical symbols					
Model FB421	鉛 (Pb)	汞 (Hg)	鎘 (Cd)	六價鉻 (Cr^{+6})	多溴聯苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
錶帶和錶扣 (Strap and Buckle)	O	O	O	O	O	O
電子 (Electronics)	--	O	O	O	O	O
外殼 (Housing)	O	O	O	O	O	O
充電線 (Charging Cable)	O	O	O	O	O	O
備考1. 〝超出0.1 wt %〞及〝超出0.01 wt %〞係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值 備考2. 〝O〞係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 備考3. 〝—〞係指該項限用物質為排除項目。						

Verenigde Arabische Emiraten

TRA – Verenigde Arabische Emiraten

Deale- ID: DA35294/14
TA RTTE: ER98025/21
Model: FB421
Type: draadloze bewegingstracker

Verenigd Koninkrijk

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor deze regio kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken:

Instellingen > **Apparaatinformatie** > **Juridische informatie**

Vereenvoudigde VK-conformiteitsverklaring

Hierbij verklaart Fitbit LLC dat het type radioapparatuur van model FB421 voldoet aan de richtlijn Radioapparatuur 2017. De volledige tekst van de VK-conformiteitsverklaring is terug te vinden op de volgende website: www.fitbit.com/legal/safety-instructions

UK CA

Vietnam



Over de batterij

Deze eenheid bevat een niet-vervangbare interne lithium-ionbatterij. De batterij kan knappen of exploderen, waardoor gevaarlijke chemicaliën kunnen vrijkomen. Om het risico op brand of brandwonden te beperken, moet je de batterij niet uit elkaar halen, pletten of doorboren, of weggooien in vuur of water.

LET OP: Explosiegevaar als de batterij wordt vervangen door een onjuist type. Gooi gebruikte batterijen weg volgens de instructies.

- De batterij moet worden gerecycled of op de juiste manier worden weggegooid
- Gebruik de batterij alleen in de gespecificeerde apparatuur

- Laat de batterij niet achter in een omgeving met extreem hoge temperaturen die kunnen leiden tot een explosie of het lekken van ontvlambare vloeistoffen of gassen
- Stel de batterij niet bloot aan extreem lage luchtdruk die kan leiden tot een explosie of het lekken van ontvlambare vloeistof of gas

IP-classificatie

Model FB421 heeft de waterdichtheidsclassificatie IPX8 onder de IEC-standaard 60529 tot een diepte van 50 meter.

Model FB421 heeft de stofbestendigheidsclassificatie IPX6 onder de IEC-standaard 60529, wat aangeeft dat het apparaat stofdicht is.

Raadpleeg het begin van deze sectie voor instructies over hoe je de IP-classificatie van je product kunt vinden.

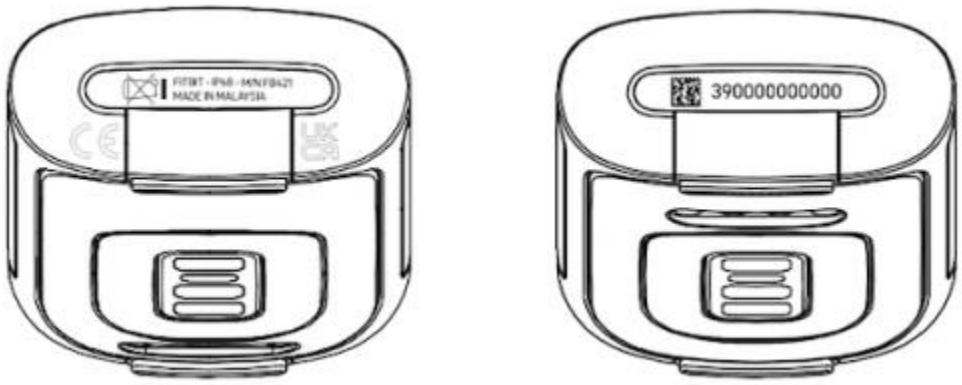
Veiligheidsverklaring

Deze apparatuur is getest en in overeenstemming bevonden met de veiligheidscertificatie conform de bepalingen uit: IEC 60950-1:2005 + AMD1:2009 + AMD2:2013, EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011 + A2:2013, IEC 62368-1: 2014, EN62368-1:2014 + A11:2017, BS EN62368-1:2014 +A11:2017.

Wettelijke vermeldingen

Je kunt de regelgevende markeringen op je apparaat zien door de band te verwijderen. Markeringen bevinden zich in het gebied waar het bandje wordt bevestigd.

Band Pocket View



©2021 Fitbit LLC. Alle rechten voorbehouden. Fitbit en het Fitbit-logo zijn handelsmerken of gedeponeerde handelsmerken van Fitbit in de Verenigde Staten en in andere landen. Een volledige lijst met handelsmerken van Fitbit staat op de overzichtspagina van Fitbit-handelsmerken. Vermelde handelsmerken van derden zijn het eigendom van hun respectieve eigenaren.